

附件：

合理膳食行动主要指标

序号	指标	基期水平	2022 年 目标值	2030 年 目标值	指标性质
1	成人肥胖增长率（ % ）	2002-2012 年 平均每年增长 约5.3 %	持续减缓		预期性
	说明： 体重指数（BMI）为体重（kg）/身高的平方（m ² ），按照中国成人体重判定标准， 体重指数≥28 kg/m ² 即为肥胖。成人肥胖增长率是指 18 岁及以上居民肥胖率的年均增长速度。2012年与2002年相比，我国成人肥胖率上升了67.6 %。				
2	居民营养健康知识知晓率（ % ）	—	比现有提高 10 %	比 2022 年提高 10 %	预期性
	计算方法： 具备基本营养健康知识的人数/监测人群总人数×100 %。				
3	孕妇贫血率（ % ）	2017 年为 17.38	<14	<10	预期性
	说明： 孕妇血红蛋白<110g/L 诊断为贫血，此指标是衡量营养状况的重要指标。计算方法：监测孕妇贫血人数/监测孕妇总人数×100 %。				
4	5 岁以下儿童生长迟缓率（ % ）	—	<7	<5	预期性
	说明： 儿童生长迟缓是指儿童年龄别身高低于标准身高中位数两个标准差。 计算方法： 某地区当年 5 岁以下儿童年龄别身高<（中位数 - 2 个标准差）人数/某地区当年5岁以下儿童身高（长）体重检查人数×100 %。				
5	人均每日食盐摄入量（ g ）	—	≤5		倡导性
	说明： 2013 年，世界卫生组织建议人均每日食盐摄入量不高于 5g。				
6	成人人均每日食用油摄入量（ g ）	—	25 ~ 30		倡导性
	说明： 监测人群的每日食用油总消耗量与监测人群总人数之比。				
7	人均每日添加糖摄入量（ g ）	—	≤25		倡导性

序号	指标	基期水平	2022 年 目标值	2030 年 目标值	指标性质
	说明：添加糖指人工加入到食品中的、具有甜味特征的糖类，以及单独食用的糖，常见有蔗糖、果糖、葡萄糖等。 计算方法：监测人群的每日添加糖总消耗量/监测人群总人数。				
8	蔬菜和水果每日摄入量（g）	—	≥ 500		倡导性
	说明：《中国居民膳食指南》建议餐餐有蔬菜，保证每天摄入 300～500g 蔬菜，深色蔬菜应占 1/2；天天吃水果，保证每天摄入 200～350g 新鲜水果，果汁不能代替鲜果				
	每日摄入食物种类（种）	—	≥ 12		倡导性
9	说明：《中国居民膳食指南》建议平均每天摄入 12 种及以上食物，每周 25 种以上。				
	成年人维持健康体重	—	18.5 ≤ BMI < 24		倡导性
10	说明：体重指数（BMI），2012 年成人健康体重指数在正常范围内的比例为 52 %。				
	每万人营养指导员（名）	—	1		预期性
11	说明：营养指导员是指可以为居民提供合理膳食、均衡营养指导的人员。合理膳食、均衡营养可以有效减少相关慢性病的发生，还可有效促进患者康复。				